	<p align="center">Evaluación de Bachillerato para el Acceso a la Universidad Castilla y León</p>	<p align="center">PORTUGUÉS</p>	<p align="center">EJERCICIO</p> <p align="center">Nº Páginas: 2</p>
---	---	--	--

Estructura y optatividad

La prueba se compone de 2 partes: I. Comprensión escrita y II. Producción escrita.

En la Parte I deberá seleccionar 1 texto y responder a las 3 preguntas sobre este.

En la Parte II deberá seleccionar 1 de las cuestiones.

PARTE I. COMPRENSIÓN ESCRITA

Elija una opción (Texto A o Texto B). Responda a las 3 preguntas de la opción elegida.

TEXTO A

A *startup* portuguesa The Loop Co. desenvolveu uma aplicação que permite aos portugueses reciclar embalagens de plástico e trocá-las por prémios sustentáveis. A plataforma, que já antes permitia aos cidadãos receber um talão no valor total correspondente ao plástico depositado, funciona através das máquinas automáticas de recolha de embalagens, disponíveis em vários supermercados. Aqui podem colocar embalagens, como garrafas de água, e acumular pontos na aplicação, sendo que por cada garrafa se recebe um ponto. Estes pontos podem depois ser trocados por **prémios sustentáveis e recondicionados**, como iPhones e Macbooks, trotinetes elétricas, drones, artigos de puericultura, subscrições Netflix ou Spotify, bilhetes Ticketline, códigos Glovo ou vales nos cinemas, por exemplo. A aplicação está disponível online e pode ser utilizada em 33 supermercados de lojas Continente, Pingo Doce, Auchan, Supercor e Intermarché. Na área metropolitana de Lisboa são dez os supermercados que contam com esta iniciativa, onde também é possível fazer doações para a Ajuda de Berço e a Associação Mais Proximidade Melhor Vida.

Para João Rodrigues, CTO da The Loop Co., “a mentalidade dos consumidores portugueses em relação à circularidade das embalagens tem de mudar” e “a recompensa através destes prémios na nossa aplicação é um caminho para esse fim”, disse em comunicado. Esta plataforma está a ser implementada em parceria com os projetos Bebidas+Circularés da APED e Do Velho se Faz Novo da PROBEB, com o objetivo de tornar o sistema de recolha de garrafas de plástico universal a partir do segundo semestre deste ano.


(Fonte: *Visão*)

Preguntas del TEXTO A. *Desarrolle en portugués las siguientes cuestiones:*

CE.A.1. Explique, por palavras suas, como funciona a aplicação de The Loop Co. (2 puntos)

CE.A.2. Esclareça qual é, para João Rodrigues, o valor social da iniciativa. (2 puntos)

CE.A.3. Explique o significado da frase "prémios sustentáveis e recondicionados". (2 puntos)

	<p align="center">Evaluación de Bachillerato para el Acceso a la Universidad Castilla y León</p>	<p align="center">PORTUGUÉS</p>	<p align="center">EJERCICIO</p> <p align="center">Nº Páginas: 2</p>
---	---	--	--

TEXTO B

Para ter **uma boa e revigorante noite de sono**, é necessário afastar-se do seu smartphone pelo menos 30 minutos antes de ir para a cama, diz Sunita Kumar, especialista em problemas de sono da Universidade Loyola Medicine, EUA. Assim, a especialista recomenda desligar smartphones, tablets e outros dispositivos eletrónicos pelo menos 30 minutos antes de ir para a cama. A luz azul, explica, interfere com os ritmos circadianos que controlam o sono e alguns estudos mostraram que afeta a secreção de melatonina, uma hormona necessária para o início do sono. Além disso, quando não se consegue adormecer, deve-se evitar usar quaisquer dispositivos eletrónicos.

Por outra parte, é sabido que a falta de sono aumenta o risco de pressão arterial alta, acidente vascular cerebral, ataque cardíaco e aumento de peso. Porém, «seja por obrigações sociais, de trabalho ou devido ao nosso estilo de vida, o certo é que estamos a ficar acordados por mais tempo agora. Ainda precisamos de sete a oito horas de sono por noite em média. Mas muitas pessoas estão a dormir seis horas ou menos por noite».

Quando se está privado de sono, o rendimento cognitivo – a rapidez com que se responde a tarefas cognitivas – reduz-se significativamente. Consequentemente, pequenas tarefas acabam por demorar mais. Estudos também comprovam que dormir pouco durante longos períodos de tempo pode dificultar a forma como o corpo regula os sentimentos, o que pode causar mudanças de humor que podem tornar a pessoa ansiosa, confusa ou irritável.

(Fonte: *Sapo*)

Preguntas del TEXTO B. *Desarrolle en portugués las siguientes cuestiones:*

CE.B.1. Explique, por palavras suas, as recomendações feitas pela especialista. (2 puntos)

CE.B.2. Explique quais são os efeitos da falta de sono sobre a mente. (2 puntos)

CE.B.3. Esclareça o significado da frase “uma boa e revigorante noite de sono”. (2 puntos)

PARTE II. PRODUCCIÓN ESCRITA

Desarrolle en portugués una de las dos propuestas (extensión 120 palabras):

PE. A. Está a participar num fórum em língua portuguesa e um dos tópicos é "As melhores aplicações para *smartphone* do momento". Escreva uma mensagem em que dê a sua opinião. (4 puntos)

PE. B. A Joana, uma amiga portuguesa, confessou-lhe num email que tem uma forte dependência do telemóvel. Escreva uma resposta em que comente essa adicção e dê algum conselho. (4 puntos)